

## بررسی رابطه بین میزان بخشودگی و تعارض زناشویی زوجین در استان یزد

ایمانه افخمی\*<sup>✉</sup>، دکتر فاطمه بهرامی\*\*، دکتر مریم فاتحی زاده\*\*

### چکیده:

هدف از مطالعه حاضر بررسی همبستگی بین میزان بخشودگی همسران و تعارض زناشویی آنان می‌باشد. روش پژوهش توصیفی از نوع همبستگی است. جامعه آماری کلیه زوجین استان یزد هستند. آزمودنی‌های این پژوهش ۳۰ زوج که با نمونه‌گیری در دسترس (غیراحتمالی) گزیده شده‌اند و شرط ورود آزمودنی‌ها این بود که دست کم شش‌ماه از ازدواج‌شان گذشته باشد. ابزارهای تحقیق عبارت است از: بخشودگی آزمای خانواده (FFS)<sup>۱</sup> و پرسشنامه تعارض زناشویی که با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ پایایی آن‌ها به ترتیب ۰/۸۵ و ۰/۹۴ بدست آمد. برای تحلیل داده‌ها از شاخص‌های آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده شد. یافته‌های تحقیق نشان داد که بین تعارض زناشویی و بخشودگی در سه خرده مقیاس درک واقع‌بینانه، تشخیص و تصدیق خطا و جبران عمل اشتباه رابطه وجود دارد. هم‌چنین بین بخشودگی و تعارض زناشویی در خرده مقیاس‌های رابطه فردی با خویشاوندان خود و رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان رابطه معناداری دیده شد ( $P < 0/05$ ).

**کلیدواژه‌ها:** بخشودگی، تعارض زناشویی، زوجین

\* کارشناس ارشد مشاوره خانواده

\*\* استادیار گروه مشاوره دانشگاه اصفهان

<sup>✉</sup> نویسنده مسئول: اصفهان - خیابان هزار جریب - دانشگاه اصفهان - دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی - گروه مشاوره

تلفن: ۰۳۱۱-۷۹۳۲۵۱۵

دورنما: ۰۳۱۱-۶۶۸۳۱۰۷

پست الکترونیک: ei\_afkhami@yahoo.com

## مقدمه

زندگی زناشویی یکی از جهانی‌ترین نهادهای بشری است که از دو نفر با توانایی‌ها و استعداد‌های متفاوت و با نیازها و علایق مختلف و در یک کلام با شخصیت‌های گوناگون تشکیل شده است (گلدنبرگ<sup>۲</sup> و گلدنبرگ، ۲۰۰۰). یک رابطه زناشویی صمیمی مستلزم آن است که زوجین یاد بگیرند با هم ارتباط برقرار کنند و با هم متفاوت باشند. تعارض زمانی به وجود می‌آید که زوجین به دلیل همکاری و تصمیمات مشترکی که می‌گیرند درجات مختلفی از استقلال و همبستگی را نشان دهند که این تفاوت‌ها را می‌توان روی یک پیوستار، از تعارض خفیف تا تعارض کامل طبقه‌بندی کرد (یونگ و لانگ<sup>۳</sup>، ۱۹۹۸). از نظر گلاسر (۲۰۰۰، به نقل از قربانی، ۱۳۸۴) تعارض زناشویی ناشی از ناهماهنگی زن و شوهر در نوع نیازها و روش ارضای آن، خودمحوری، اختلاف در خواسته‌ها، طحواه‌های رفتاری و رفتار غیرمسئولانه نسبت به ارتباط زناشویی و ازدواج است (شارف<sup>۴</sup>، ۱۹۹۶، گلاسر<sup>۵</sup>، ۱۹۹۸، گلاسر، ۲۰۰۰، فرحبخش، ۱۳۸۳). فرایند تعارض زمانی به وجود می‌آید که یکی از طرفین رابطه احساس کند طرف مقابلش بعضی از مسائل مورد علاقه او را سرکوب می‌کند (توماس<sup>۶</sup>، ۱۹۷۶، گریف و براین<sup>۷</sup>، ۲۰۰۰). از دیدگاه سکستون<sup>۸</sup> (۱۹۹۶؛ قربانی، ۱۳۸۴) تعارض هنگامی رخ می‌دهد که چیزی رضایت را برای شخص فراهم کرده، در حالی که همان چیز برای دیگری محرومیت را به دنبال آورد. درمانگران سیستمی، تعارض را هر نوع تنازع بر سر تصاحب پایگاه‌ها و منابع قدرت که در جهت اخذ امتیازات دیگری و افزایش امتیازات خود بروز می‌کند، می‌دانند. بدیهی است که طرفین نزاع قصد دارند به طرف مقابل خود آسیب برسانند، تاکتیک‌های او را خنثی و بالاخره از صحنه بیرون کنند. بنابراین وجود تعارض زناشویی ناشی از واکنش نسبت به تفاوت‌های فردی است و گاهی اوقات، آن قدر شدت می‌یابد که احساس خشم، خشونت، کینه، نفرت، حسادت و سوءرفتار کلامی و فیزیکی در روابط زوجین حاکم می‌شود و به شکل حالات تخریب‌گر و ویران‌گر بروز می‌کند (یونگ و لانگ، ۱۹۹۸). رایس<sup>۹</sup> (۱۹۹۶) دو نوع تعارض را در روابط زناشویی مطرح می‌سازد: تعارض سازنده و تعارض مخرب. در تعارض سازنده تمرکز بر حل مسئله بوده و در آن نزدیکی، احترام مثبت، اعتماد به یکدیگر وجود ندارد و هیجان منفی و پاسخ کلامی اندکی بین زوجین وجود دارد. در تعارض مخرب زوجین «خود» همدیگر را به جای مسئله مورد حمله قرار می‌دهند. در این تعارض از طریق سرزنش و انتقاد، هر یک سعی دارند دیگری را تحت نفوذ خود درآورده و اظهارنظرهای بسیار منفی علیه یکدیگر به کار می‌برند که در این حالت ارتباط درستی بین آن‌ها برقرار نمی‌شود. در این نوع ارتباط بحث و مجادله‌های بیهوده و مخرب، بی‌اعتمادی، بی‌احترامی، توهین، خصومت، دشمنی و دشنام مشاهده می‌گردد. بنابراین می‌توان گفت تعارض زناشویی عبارتست از نوعی ارتباط زناشویی که در آن رفتارهای خصومت‌آمیز مثل توهین، سرزنش، انتقاد و حمله فیزیکی وجود دارد و زوجین در آن نسبت به یکدیگر احساس کینه، نفرت و خشم داشته و هر یک عقیده دارند که «همسرش

انسان نامطلوب و ناسازگاری است که موجب رنجش و عذاب او می‌گردد» (فرحبخش، ۱۳۸۳). به‌طور کلی تعارض در هر رابطه نزدیکی اجتناب‌ناپذیر است. بعضی از زوجین تعارض خود را به شکل باز و مستقیم و بعضی دیگر تعارض‌شان را انکار و سرکوب می‌کنند و به شکل پنهانی بروز می‌دهند. تقریباً هر زوجی که برای درمان می‌آید در مرحله‌ای از تعارض قرار دارد. آن‌ها ممکن است موضوعات مختلفی مثل انتظارات، نیازها، خواسته‌ها، پول، ارتباط جنسی، بچه‌ها و خویشاوندان را برای تعارض‌شان عنوان کنند (ویکس و تریٲ<sup>۱</sup>، ۲۰۰۱؛ قربانی، ۱۳۸۴). در زمینه تأثیرات مخرب تعارض پژوهش‌های زیادی صورت گرفته که حاکی از آن بودند که وجود تعارض زناشویی بر بهداشت روانی، جسمی و خانوادگی تأثیرگذار است. تحقیقات دیگر رابطه تعارضات زناشویی را با افسردگی، اختلالات خوردن و بیماری‌های خاصی مثل سرطان و بیماری‌های قلبی اثبات کردند. در واقع رفتارهای خصمانه در طی تعارض، با تغییرات دستگاه ایمنی بدن در ارتباط است (فینچام، بیچ<sup>۱۱</sup>، ۱۹۹۹). از لحاظ روانی، اکثر افراد وجود تعارض در روابط زناشویی را بی‌نهایت تنش‌زا تجربه می‌کنند (هالفورد<sup>۱۲</sup>، ۲۰۰۱). تعارض زناشویی با پدیده خشونت نیز مرتبط است. خشونت فیزیکی در بین حدوداً ۳۰٪ از زوجین در ایالت متحده اتفاق می‌افتد و منجر به صدمات جسمی در ۱۰٪ زوجین می‌شود (فینچام، ۲۰۰۳). تعارض زناشویی به‌عنوان یک فاکتور خطرناک در ایجاد اختلالات فرزندان و یک پیش‌بینی‌کننده مهم مسائل سازگاری در آنان می‌باشد (فینچام و همکاران، ۲۰۰۴)، در نهایت طلاق یکی از پیامدهای اختلافات زناشویی و یکی از پراسترس‌ترین وقایع زندگی محسوب می‌شود و با اختلالات جسمی و روانی در ارتباط است (کریستینسن و هیوی<sup>۱۳</sup>، ۱۹۹۹). از آن‌جایی که بروز تعارض زناشویی یکی از مقدمات جدایی و طلاق می‌باشد و اگر این مسئله به‌گونه‌ای حل و کنترل نشود ازدواج به جدایی ختم می‌شود، روان‌شناسان و مشاوران باید در صدد ارائه راه‌کارهایی جهت پیشگیری و درمان آن باشند. حل تعارض یا کشمکش جزء لاینفک یک رابطه موفق می‌باشد و می‌توان گفت رنجشی که در اثر تخطی‌های ازدواج به‌وجود می‌آید احتمالاً می‌تواند تعارض زوجین را تشدید کند و مانع از حل موفقیت‌آمیز تعارض گردد. برعکس بخشودن طرف مقابل برای تخطی‌ها و تخلف‌هایی که صورت داده یک وسیله قوی و توانمند برای خاتمه دادن به یک رابطه مختل شده یا دردناک می‌باشد و شرایط را برای آشتی و مصالحه با فرد خطاکار به‌وجود می‌آورد. بنابراین بخشودگی می‌تواند کاربردهای اساسی برای نتایج رابطه بلندمدت و حتی تعاملات کوتاه‌مدت داشته باشد. به‌خصوص وقتی یکی از طرفین از حلقه تعامل منفی خارج می‌شود، بعید به‌نظر می‌رسد که طرف دیگر رفتارهای منفی خود را ادامه دهد. به‌طور خلاصه، بخشودگی می‌تواند استفاده از راه‌کارهای غیرمؤثر تعارض را که در اثر تخطی‌ها و تجاوزهای نابخشوده طرف مقابل حاصل شده‌اند از بین ببرد (فینچام و همکاران، ۲۰۰۴). در فرهنگ وبستر بخشودگی به‌صورت «رهایی از احساس انزجار نسبت به عمل ارتكابی غلط، اغماض از طلب خسارت، یا جبران عمل از سوی فرد خطاکار و چشم‌پوشی از تقصیر وی» تعریف شده است (سیف و بهاری،

۱۳۸۰). پلینگتون<sup>۱۴</sup> (۱۹۸۹)، به‌نقل از سلز و هارگریو<sup>۱۵</sup>، (۱۹۹۸) بخشودگی را دست کشیدن از حق تلافی جویانه متعاقب صدمه وارده، تعریف می‌کند و عنوان می‌کند که بخشودگی، تشخیص می‌دهد، پیش‌بینی می‌کند و تلاش می‌نماید تا برخلاف قانون تلافی عمل کنند. نورث<sup>۱۶</sup> (۱۹۸۷)، به‌نقل از سلز و هارگریو، (۱۹۹۸) عقیده دارد که بخشودگی فرآیند چشم‌پوشی ارادی از حق عصبانیت یا انزجار از عمل ارتكابی زیان‌بخش است. سیمون و سیمون<sup>۱۷</sup> (۱۳۷۱) عقیده دارند که بخشودگی عمل بی‌قید و شرطی است که بدون چشم‌داشت (جبران متقابل) صورت می‌گیرد و ذاتاً ارزشمند است حتی اگر با پاسخ منفعلانه روبه‌رو شود. معطوف به خود است یعنی عملی است که به خاطر خود رابطه و خود شخص صورت می‌گیرد و سلامت طرفین رابطه را تضمین می‌کند. بخشودگی آسیبی به فرد بخشنده نمی‌رساند و به‌طور خودانگیخته و ناگهانی اتفاق نمی‌افتد بلکه در طول زمان و به‌صورت جزئی از فرآیند رشد و تحول صورت می‌گیرد. قرینه‌ای ندارد، گرچه ممکن است پیامدهای قرینه‌ای در پی داشته باشد و اغلب هم همین‌طور است. به عقیده بنسون<sup>۱۸</sup> (۱۹۸۹)، به‌نقل از هیل<sup>۱۹</sup>، (۲۰۰۱) بخشودگی عملی تقدیرآمیز و نامشروط است که یقیناً در توان فرد متألم می‌باشد و هوپ<sup>۲۰</sup> (۱۹۸۷)؛ به‌نقل از اسکینر<sup>۲۱</sup>، (۱۹۹۸) اظهار می‌دارد که بخشودن، عملی اضدادی است که شخص را از نیاز به انتقام و تلافی‌جویی به‌خاطر اهانت‌ها و یأس‌های گذشته که در خلال فرآیند نو‌مبناسازی و همسطح‌سازی صورت می‌گیرد، معاف می‌سازد. بررسی تعاریف ارائه شده حاکی از آن است که بخشودگی، تنها یک عمل اخلاقی نیست، بلکه فرایندی است التیام‌بخش که می‌توان آن را به شکل مداخلات درمانی در مشاوره‌های خانواده به‌ویژه در روابط دو عضوی‌ها (زن و شوهر، ولی و فرزند، خواهر و برادر، پدر و مادر و مانند آن) به‌کار بست. در مورد کاربرد بخشودگی در کار با خانواده‌ها می‌توان گفت بخشودگی زمانی مطرح می‌شود که عضوی از خانواده با عمل یا سخن خود موجب نارضایتی و آزار عضو یا اعضای دیگر خانواده شده است. در این‌باره ورثینگتون<sup>۲۲</sup> (۲۰۰۰) معتقد است که اعضای خانواده نمی‌توانند بدون این‌که گاهی مواقع و شاید هم اغلب اوقات یکدیگر را بیازارند، با هم زندگی کنند. این حرف بدان معناست که در روابط خانوادگی وجود تعارض یا دل‌آزاری و رنجش خاطر اجتناب‌ناپذیر است (سیف و بهاری، ۱۳۷۹).

پژوهش‌های زیادی اثربخشی مداخله بخشودگی بر ابعاد مختلف رابطه زناشویی و از آن جمله اثربخشی مداخله بخشودگی بر تعارض زناشویی را مورد بررسی قرار داده‌اند. برای نمونه فینچام<sup>۲۳</sup>، پلیری<sup>۲۴</sup> و رگالیا<sup>۲۵</sup> (۲۰۰۲) در پژوهشی با عنوان «بخشودگی در ازدواج» به بررسی نقش روابط زوجین بر ارتقاء سطح بخشودگی توسط آنان پرداختند و به این نتیجه رسیدند که بین کیفیت روابط و بخشودگی رابطه وجود دارد و همدلی، بخشودگی مردان را و اسناد مسئولیت، بخشودگی زنان را پیش‌بینی می‌کند. هم‌چنین فینچام و بیچ<sup>۲۶</sup> (۲۰۰۲) در پژوهش دیگری به این نتیجه رسیده‌اند که بخشودگی در زوجین، کیفیت مراقبت از یکدیگر، ارتباط، پرخاشگری و رضایت زناشویی را پیش‌بینی

می‌کند. در پژوهشی دیگر سلز و هارگریو (۱۹۹۸) به بررسی نقش سن بر طرز تلقی از بخشودگی پرداختند و اظهار داشتند که به نظر می‌رسد سن بر طرز تلقی از بخشودگی مراجعان و نیز درمانگران تأثیر می‌گذارد. در پژوهشی دیگر فیتزجیبونز<sup>۲۷</sup> (۲۰۰۰؛ به نقل از باسکین و اینرایت<sup>۲۸</sup>، ۲۰۰۴) مشاهده کرد که مشاوره بخشودگی، خشم، اضطراب و افسردگی مددجویان را کاهش می‌دهد، روی سلامت روانی زوجین اثر مثبت دارد و همان‌طور که افراد یاد می‌گیرند دیگران را ببخشند هم‌چنین یاد می‌گیرند خشم خود را به صورت‌های مناسب‌تر نشان دهند، درست مثل مشاهداتی که هانتر (۱۹۹۳) و کافمن<sup>۲۹</sup> (۱۹۹۵) داشتند. مطالعات فوق نشان می‌دهند که بخشودگی می‌تواند کیفیت رابطه همسران را پیش‌بینی کند. بخشودگی نوعی ارتباط معنوی بین زوجین است که تفاوت‌های فرهنگی و مذهبی جامعه در میزان و نوع آن مؤثر می‌باشد. این پژوهش در صدد است ارتباط بین میزان بخشودگی و تعارضات زناشویی و هم‌چنین ارتباط بین زیر مؤلفه‌های آن‌ها را در جامعه ایرانی بررسی کند تا زمینه‌ای برای تمرکز درمانگران خانواده بر آموزش بخشودگی شود.

## روش

با توجه به ماهیت این پژوهش که به دنبال بررسی رابطه بین میزان بخشودگی و تعارض زناشویی در زوجین شهرستان یزد است، از روش توصیفی و از نوع همبستگی استفاده شد.

## جامعه، نمونه و روش نمونه‌گیری

جامعه این پژوهش شامل کلیه زوجین شهرستان یزد می‌باشد. نمونه شامل ۳۰ زوج می‌شود. از آنجایی که حداقل شش‌ماه فرصت لازم است تا تعارضات زوجین بروز پیدا کنند، شرط ورود آزمودنی‌ها به تحقیق این بود که دست کم شش‌ماه از ازدواج‌شان گذشته باشد. نمونه‌گیری به این صورت انجام گرفت که نخست از زوج‌های در دسترس درباره طول مدت ازدواج آن‌ها سؤال می‌شد و پس از اطمینان از این‌که شرط مورد نظر را دارا هستند مقیاس سنجش بخشودگی (FFS) و پرسشنامه تعارض زناشویی به آن‌ها داده شد.

## ابزارهای پژوهش

در این تحقیق از دو پرسشنامه بخشودگی و تعارض زناشویی استفاده شده است.

**مقیاس سنجش بخشودگی (FFS):** (پولارد و همکاران، ۱۹۹۸) این مقیاس به‌وسیله سیف و بهاری (۱۳۸۰) برای خانواده‌های ایرانی هنجاریابی و میزان‌سازی شد و پایایی آن ۰/۸۴ برآورد گردید. این مقیاس دارای ۵ خرده مقیاس (بعد) است: درک واقع بینانه، تصدیق خطا، جبران عمل ارتكبابی، دلجویی کردن و احساس بهبودی و سبکبالی. این پرسشنامه ۴۰ پرسش و دو بخش

دارد که بخش نخست (پرسش‌های ۱ تا ۳۰)، بخش‌دگی را در خانواده‌های اصلی (والدین) و بخش دوم (پرسش‌های ۲۱ تا ۴۰) میزان بخش‌دگی را در خانواده هسته‌ای (همسران) می‌سنجد. همچنین هر خرده‌مقیاس دارای ۸ پرسش چهار گزینه‌ای است که گزینه الف، ۱ امتیاز و گزینه د، ۴ امتیاز دارد. میانگین نمرات این مقیاس ۱۲۱/۶ و انحراف معیار آن ۲۳/۵ است. نمرات بالا در این مقیاس نشان‌دهنده میزان بخش‌دگی بیشتر و نمرات پایین نشان‌دهنده میزان بخش‌دگی کمتر است.

**پرسشنامه تعارض زناشویی:** یک ابزار ۴۲ سؤالی است که برای سنجیدن تعارض زناشویی بر مبنای تجربیات بالینی توسط ثنایی (۱۳۷۹) ساخته شده است. این پرسشنامه هفت بعد از تعارضات زناشویی را می‌سنجد که عبارتند از: کاهش همکاری، کاهش رابطه جنسی، افزایش واکنش هیجانی، افزایش جلب حمایت فرزندان، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان و جدا کردن امور مالی از یکدیگر. این پرسشنامه از روایی محتوای خوبی برخوردار است. در مرحله تحلیل مواد آزمون، پس از اجرای مقدماتی و محاسبه همبستگی هر سؤال با کل پرسشنامه و مقیاس‌های آن، ۱۳ سؤال از ۵۵ سؤال اولیه حذف گردید.

پایایی پرسشنامه از طریق ضریب آلفای کرانباخ برای کل این پرسشنامه روی یک گروه ۳۰ نفری برابر ۰/۹۴ و برای ۷ خرده‌مقیاس آن به این شرح بدست آمد: کاهش همکاری ۰/۷۰، کاهش رابطه جنسی ۰/۷۲، افزایش واکنش هیجانی ۰/۷۳، افزایش جلب حمایت فرزند ۰/۸۱، افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود ۰/۷۵، کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان ۰/۶۹، جدا کردن امور مالی از یکدیگر ۰/۶۸. هر سؤال براساس مقیاس ۵ گزینه‌ای لیکرت تنظیم شده است که متناسب با پاسخ‌ها، نمرات ۱ تا ۵ به آن‌ها اختصاص می‌یابد که در این ابزار نمره بیشتر به معنی تعارض بیشتر و نمره کمتر به معنی رابطه بهتر است.

### تحلیل آماری داده‌ها

داده‌های بدست آمده از آزمودنی‌ها پس از اجرا نمره‌گذاری شده و برای تحلیل آن از روش‌های آمار توصیفی و استنباطی استفاده شد. در سطح آمار توصیفی از شاخص‌های مرکزی و پراکندگی (میانگین و انحراف معیار) و در سطح آمار استنباطی از آزمون‌های  $t$ ، ضریب همبستگی گشتاوری پیرسون، تحلیل رگرسیون چندمتغیره استفاده شد.

### یافته‌ها

جدول ۱ ضریب همبستگی بین بخش‌دگی و تعارض زوجین را نشان می‌دهد.

جدول ۱: ضریب همبستگی بین بخشودگی با تعارض

تعارض		ضریب همبستگی
-۰/۳۹۲	ضریب همبستگی	بخشودگی
۰/۰۰۲	P-Value	
۶۰	تعداد	

براساس یافته‌های جدول ۱ ضریب همبستگی بین میزان بخشودگی و تعارض در سطح  $P \leq ۰/۰۱$  معنادار است. بنابراین بین میزان بخشودگی با تعارض رابطه معنادار وجود دارد. براساس ضریب تعیین ۱۶٪ از واریانس نمرات بخشودگی با تعارض مشترک می‌باشند. در جدول ۲ ضریب همبستگی بین بخشودگی با خرده‌مقیاس‌های تعارض آمده است.

جدول ۲: ضریب همبستگی بین بخشودگی با خرده‌مقیاس‌های تعارض

جدا کردن امور مالی از یکدیگر	رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان	رابطه فردی با خویشاوندان خود	جلب حمایت فرزندان	واکنش‌های هیجانی	رابطه جنسی	همکاری	ضریب همبستگی	بخشودگی
-۰/۱۴۲	-۰/۴۰۴**	-۰/۳۱۰*	-۰/۲۴۵	-۰/۱۴۳	-۰/۳۸۵**	-۰/۲۳۴	ضریب همبستگی	
۰/۲۸۰	۰/۰۰۱	۰/۰۱۴	۰/۰۵۹	۰/۳۷۵	۰/۰۰۲	۰/۰۷۲	P-Value	
۶۰	۶۰	۶۰	۶۰	۶۰	۶۰	۶۰	تعداد	

براساس یافته‌های جدول ۲ بین بخشودگی با افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود و کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان رابطه معنادار وجود دارد ( $P \leq ۰/۰۱$ ). جدول ۳ ضریب همبستگی بین تعارض با مؤلفه‌های بخشودگی را نشان می‌دهد.

جدول ۳: ضریب همبستگی بین تعارض با مؤلفه‌های بخشودگی

خانواده اولیه	خانواده اصلی	احساس بهبودی و سبکبالی	دلجویی کردن	جبران عمل اشتباه	تشخیص و تصدیق خطا	درک واقع‌بینانه	ضریب همبستگی	تعارض
-۰/۰۸۸	-۰/۲۵۶	-۰/۱۷۵	-۰/۲۱۶	-۰/۴۳۸**	-۰/۳۰۷*	-۰/۲۵۰*	ضریب همبستگی	
۰/۵۰۵	۰/۰۴۸	۰/۱۸۰	۰/۰۹۷	۰/۰۰۰	۰/۰۱۷	۰/۰۵۴	P-Value	
۶۰	۶۰	۶۰	۶۰	۶۰	۶۰	۶۰	تعداد	



براساس یافته‌های جدول ۳ بین تعارض با درک واقع‌بینانه، تشخیص و تصدیق خطا، جبران عمل اشتباه و خانواده اصلی رابطه معنادار وجود دارد ( $P \leq 0/05$ ).  
در جدول ۴ ضریب همبستگی بین مؤلفه‌های تعارض و مؤلفه‌های بخشودگی نشان داده شده است.

جدول ۴: ضریب همبستگی بین مؤلفه‌های تعارض و مؤلفه‌های بخشودگی

بخشودگی	تعارض	همکاری	رابطه جنسی	واکنش‌های هیجانی	جلب حمایت فرزندان	رابطه فردی با خویشاوندان خود	رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان	جداکردن امور مالی از یکدیگر		
									ضریب همبستگی	درک واقع‌بینانه
		۰/۱۸۹	۰/۲۹۱*	۰/۲۱۰	۰/۱۳۵	۰/۱۸۹	۰/۲۴۴	۰/۰۷۲	ضریب همبستگی	درک واقع‌بینانه
		۰/۱۴۹	۰/۰۲۴	۰/۱۰۸	۰/۳۰۴	۰/۱۴۸	۰/۰۶۰	۰/۵۸۶	P- value	درک واقع‌بینانه
		۰/۲۰۵	۰/۲۸۱*	۰/۱۰۵	۰/۱۵۴	۰/۲۶۶*	۰/۳۳۹**	۰/۰۴۷	ضریب همبستگی	تشخیص و تصدیق خطا
		۰/۱۱۶	۰/۰۳۰	۰/۴۲۵	۰/۲۴۰	۰/۰۴۰	۰/۰۰۸	۰/۷۲۰	P- value	تشخیص و تصدیق خطا
		۰/۳۲۵*	۰/۳۹۹**	۰/۱۰۱	۰/۳۰۴*	۰/۴۲۲**	۰/۵۰۸**	۰/۱۴۴	ضریب همبستگی	جبران عمل اشتباه
		۰/۰۱۱	۰/۰۰۲	۰/۴۴۴	۰/۰۱۸	۰/۰۰۱	۰/۰۰۰	۰/۲۸۳	P- value	جبران عمل اشتباه
		۰/۱۰۲	۰/۱۶۳	۰/۰۲۲	۰/۱۱۴	۰/۱۱۶	۰/۱۲۴	۰/۲۳۶	ضریب همبستگی	دلجویی کردن
		۰/۴۳۹	۰/۲۱۵	۰/۸۶۷	۰/۳۸۷	۰/۳۷۷	۰/۳۴۶	۰/۰۶۹	P- value	دلجویی کردن
		۰/۰۶۲	۰/۲۹۲*	۰/۱۶۶	۰/۳۲۳	۰/۰۶۸	۰/۱۵۱	۰/۰۳۱	ضریب همبستگی	احساس بهبودی و سبکیالی
		۰/۶۳۸	۰/۰۲۴	۰/۲۰۶	۰/۳۵۰	۰/۶۰۶	۰/۲۴۸	۰/۸۱۳	P- value	احساس بهبودی و سبکیالی
		۰/۱۵۸	۰/۳۹۰**	۰/۱۶۱	۰/۰۸۳	۰/۱۳۹	۰/۲۶۴*	۰/۱۱۲	ضریب همبستگی	خانواده اصلی
		۰/۳۲۹	۰/۰۰۲	۰/۲۲۰	۰/۵۲۹	۰/۲۸۹	۰/۰۴۱	۰/۳۹۲	P- value	خانواده اصلی
		۰/۰۳۰	۰/۰۴۲	۰/۰۷۸	۰/۱۴۷	۰/۰۶۸	۰/۰۵۱	۰/۰۵۳	ضریب همبستگی	خانواده اولیه
		۰/۸۱۸	۰/۷۵۱	۰/۵۵۶	۰/۲۶۲	۰/۶۰۳	۰/۰۶۹۷	۰/۶۸۵	P- value	خانواده اولیه

همان‌طور که یافته‌های جدول ۴ نشان می‌دهد تعارض در همکاری با مؤلفه‌های جبران عمل اشتباه رابطه معنادار دارد ( $P < 0/01$ )، یعنی هرچه زوجین عمل اشتباه خود را بیشتر جبران نمایند تعارض در همکاری کاهش می‌یابد. همچنین تعارض در رابطه جنسی با درک واقع‌بینانه ( $P < 0/05$ ) و تشخیص و تصدیق خطا ( $P < 0/05$ ) و جبران عمل اشتباه ( $P < 0/01$ ) و احساس بهبودی و سبکیالی ( $P < 0/05$ ) و سطح بخشودگی در خانواده اصلی ( $P < 0/01$ ) رابطه معنادار داشته است. یعنی هرچه این موارد در ارتباط زوجین افزایش یابد، میزان تعارض در رابطه جنسی کاهش می‌یابد.



تعارض در واکنش‌های هیجانی با هیچ کدام از مؤلفه‌های بخشودگی رابطه نشان نداد ( $P > 0/05$ ). تعارض در جلب حمایت فرزندان با جبران عمل اشتباه ( $P < 0/05$ ) رابطه دارد یعنی هر چقدر افراد عمل اشتباه خود را جبران کنند تعارض در این زمینه کمتر می‌شود. تعارض در رابطه فردی با خویشاوندان خود با تشخیص و تصدیق خطا ( $P < 0/05$ ) و جبران عمل اشتباه ( $P < 0/01$ ) رابطه دارد، یعنی هر چقدر زوجی خطای خود را بپذیرد و به جبران آن بپردازد، میزان کاهش تعارضات در ارتباط با خویشاوندان خود کمتر می‌شود. تعارض در رابطه با خویشاوندان همسر و دوستان با جبران عمل اشتباه ( $P < 0/01$ ) و ارتباط با خانواده اصلی ( $P < 0/05$ ) رابطه دارد، یعنی هر چقدر سطح بخشودگی در خانواده اصلی بالاتر باشد و زوجین عمل اشتباه خود را جبران کنند، تعارض با خانواده همسر و دوستان کمتر می‌شود. تعارض در مسائل مالی با هیچ کدام از زیر مقیاس‌های بخشودگی رابطه‌ای نشان نداد.

جدول ۵: رگرسیون چند متغیره بین تعارض با مؤلفه‌های بخشودگی

ملاک	پیش‌بین	ضریب همبستگی	ضریب تعیین	F	سطح معناداری
تعارض	جبران عمل اشتباه	-۰/۴۳۸	۰/۱۹۲	۱۳/۷۸	۰/۰۰۰

برای پیش‌بینی میزان تعارض براساس سطح بخشودگی از تحلیل رگرسیون گام به گام استفاده شد. نتایج جدول (۵) نشان می‌دهد که از بین مؤلفه‌های بخشودگی تنها عامل جبران عمل اشتباه می‌تواند سطح تعارض زوجین را تبیین کند ( $P \leq 0/01$ ). به این معنی که هر چه فرد به جبران عمل اشتباه خود اقدام نماید سطح تعارض بین زوجین کاهش می‌یابد. براساس ضریب تعیین، ۱۹٪ از واریانس تعارض توسط جبران عمل اشتباه قابل تبیین می‌باشد.

تحلیل یافته‌های پژوهش نشان داد بین بخشودگی و تعارض رابطه وجود دارد. براساس ضریب تعیین، ۱۶٪ از واریانس نمرات بخشودگی و تعارض مشترک می‌باشد. براساس جدول (۱) بررسی رابطه بین بخشودگی با مؤلفه‌های تعارض نشان داد که رابطه بین بخشودگی با افزایش رابطه فردی با خویشان خود و کاهش رابطه فردی با خویشان همسر و دوستان ارتباط معنادار منفی دارد، یعنی هر چقدر بخشودگی بیشتر شود، رابطه با خانواده همسر بیشتر و وابستگی به خانواده خود کمتر می‌شود. به عبارت دیگر هر چه فرد بتواند درک واقع‌بینانه‌تری از اشتباهات خود داشته باشد و عمل خطای خود را تشخیص بدهد و آن را جبران کند میزان بخشودگی را افزایش داده، منجر به کاهش تعارض می‌شود.

## بحث

در این پژوهش رابطه بین بخشودگی و تعارض زوجین شهر یزد بررسی شد. یافته‌های پژوهش نشان داد که بین بخشودگی و تعارض رابطه معنادار وجود دارد. همان‌گونه که در جدول ۱ نشان داده شده است بین میزان بخشودگی و تعارض در سطح ( $P \leq 0/01$ ) رابطه معنی‌دار وجود دارد و ضریب تعیین نشان می‌دهد ۱۶٪ از واریانس نمرات بخشودگی با تعارض مشترک می‌باشد. نتایج حاصل از این تحقیق با تحقیق فینچام و استون (۲۰۰۴) همسو می‌باشد که تأثیر بخشودگی را با حل تعارضات زوجین مورد بررسی قرار دادند و مشخص شد که بخشودگی با حل تعارضات زوجین رابطه مؤثری دارد. همان‌طور که نتایج جدول ۲ نشان می‌دهد بین بخشودگی و خرده‌مقیاس‌های تعارض (افزایش رابطه فردی با خویشاوندان خود و کاهش رابطه خانوادگی با خویشاوندان همسر و دوستان) در سطح  $P \leq 0/05$  رابطه معنی‌دار و منفی وجود دارد. نتایج حاصل از پژوهش با پژوهش جکسون (۱۹۹۸) مبنی بر این که به‌کار بردن بخشودگی در روابط تأثیر معنی‌داری در میزان اعتماد در روابط میان فردی دارد، هماهنگ می‌باشد. از یافته‌های پژوهش چنین برمی‌آید که بین تعارض با درک واقع‌بینانه، تشخیص و تصدیق خطا و جبران عمل اشتباه در سطح ( $P \leq 0/05$ ) رابطه معنی‌داری وجود دارد و این یافته‌ها نقش مهمی که فرایند بخشودگی در حل تعارض زوجین دارد، تأیید می‌کند. نتایج پژوهش دی بلاسیو (۲۰۰۲، به‌نقل از حسینی، ۱۳۸۳) در خصوص این که درمان به شیوه عفو و بخشش برای حل مسائل خانوادگی و مشکلات مؤثر می‌باشد، همخوان است. با توجه به این که اعتقاد به بخشودگی و سطح آن وابسته به فرهنگ و ارزش‌های مذهبی در هر جامعه‌ای است و از آنجایی که این تحقیق در شهرستان یزد که دارای بافت سنتی می‌باشد انجام گرفته است، لذا لازم است این پژوهش در سایر شهرها اجرا شود تا بتوان با اطمینان بیشتری به تعمیم آن پرداخت. همان‌طور که نتایج پژوهش نشان داد (جدول ۴) به‌ترتیب مؤلفه‌های تشخیص و تصدیق خطا، جبران عمل اشتباه و سطح بخشش در خانواده اصلی در کاهش تعارضات زناشویی بیشترین رابطه را نشان داده‌اند. بنابراین در نظر گرفتن این مقوله‌ها در آموزش به زوجین می‌تواند به‌عنوان پیش‌گیری از وجود و پیشرفت تعارضات زوجی مثمر ثمر باشد.

به‌طور کلی، بررسی نتایج یافته‌های پژوهش‌های یاد شده و پژوهش حاضر نشان‌دهنده آن است که فرایند بخشودگی قابل آموزش بوده و آموزش راهبردهای آن به زوجین در بهبودی و بازسازی روابط نقش اساسی دارد. در نتیجه فعال‌سازی و پرورش توانمندی‌هایی از قبیل بخشودگی می‌تواند در حفظ سلامت خانواده نقش مؤثری داشته باشد. پیشنهاد می‌شود که مشاوران و درمانگران زناشویی و ازدواج به فرایند بخشودگی در همسران دچار درد عاطفی و آزرده‌خاطر توجه کنند و به آن‌ها آموزش دهند که فرایند بخشودگی را برای درمان روحی - روانی به درستی طی کنند.

## یادداشت‌ها

1. Family Forgiveness Scale
2. Goldenberg
3. Yong & Long
4. Sharf
5. Glaser
6. Thomas
7. Greeff & Bruyne
8. Sexton
9. Rice
10. Weeks & treat
11. Fincham & Beach
12. Halford
13. Christensen & Heavey
14. Pingleton
15. Sells & Hargrave
16. North
17. Simon & Simon
18. Benson
19. Hill
20. Hope
21. Skinner
22. Worthivgton
23. Fincham & Bich
24. Pleari
25. Regalia
26. Beach
27. Fitzgibbons
28. baskin & Enright
29. Kaufman

## منابع

- براتی، ط. (۱۳۷۵). تأثیر تعارضات زناشویی بر روابط متقابل زن و شوهر. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن.
- ثناپی، ب. (۱۳۷۹). مقیاس‌های سنجش خانواده و ازدواج، تهران: انتشارات بعثت.
- حسینی، ا. (۱۳۸۳). بررسی بخشش در خانواده‌های اصلی (نسل اول) و خانواده‌های هسته‌ای (نسل دوم/زوجین) و ارتباط آن با رضامندی زناشویی. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه علوم بهزیستی و توان‌بخشی، تهران.
- سیف، س. بهاری، ف. (۱۳۷۹). بخشودگی، معرفی یک مدل درمانی در مشاوره ازدواج و خانواده. تازه‌ها و پژوهش‌های مشاوره، جلد ۲، شماره ۸ و ۷.
- سیف، س. بهاری، ف. (۱۳۸۰). استانداردسازی و هنجاریابی مقیاس سنجش خانواده، برای خانواده‌های ایرانی. دانشگاه الزهرا.
- سیمون و سیمون، س. (۱۳۷۱). بخشودن (ترجمه: مهدی قراچه‌داغی). تهران: مترجم.
- فرحبخش، ک. (۱۳۸۳). مقایسه میزان اثربخشی مشاوره زناشویی به شیوه شناختی الیس، واقعیت درمانی گلاسر و اختلاطی از آن دو در کاهش تعارضات زناشویی. رساله دکتری، دانشگاه علامه طباطبایی، تهران.
- قربانی، ک. (۱۳۸۴). تأثیر زوج درمانی به شیوه درمان عقلانی - هیجانی رفتاری بر تعارضات و افکار غیرمنطقی زوجین مراجعه کننده به مراکز مشاوره شهر اصفهان. پایان‌نامه کارشناسی ارشد، دانشگاه اصفهان، اصفهان.

- Baskin, T. Enright, R. (2004). Intervention studies on forgiveness: A meta analysis. *Journal of Counseling and Development*, 84, 12-79.
- Christensen, A., & Heavey, C. L. (1999). Interventions for couples. *Annual Review of Psychology*, 50, 90-165.
- Jackson, S. M. (1998). *The influence of forgiveness on intimacy and trust in marital and committed relationship*. dissertation Abstracts International Sciences B: The Sciences & Engineering, 58 -69.

- Fincham, F. (2003). Marital conflict: Correlates, structure and context. *American psychological society, 12*, 10.
- Fincham, F., & Beach, S. (1999). Conflict in marriage: implications for working with couples. *Annual Review psychology, 50*, 47-77.
- Fincham, F., & Beach, S. (2002). Forgiveness in marriage: Implications for psychological agnation and constructive communication. *Personal Relationship, 9*, 239 – 257.
- Fincham, F., Beach, S. & Davila, J. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology, 18*, 72-81.
- Fincham, F., Paleri, G., Recalia, C. (2002). Forgiveness in marriage: the role of relationship quality, attributions, and empathy. *Personal Relationships, 9*, 23-37.
- Fincham, F. D., & Steven, R. H. (2004). Forgiveness and conflict resolution in marriage. *Journal of Family Psychology, 18*, 72-81.
- Greeff, A., & Bruyne, T. (2000). Conflict management style and marital satisfaction. *Journal of Sex and Marital Therapy, 2*, 321- 334.
- Goldenberg, I. & Goldenberg, H. (2002). *Family therapy: An overview*. Canada: Thomson learning.
- Halford, W. K. (2001). *Brief couple therapy for couples*. New York: Gilford publication.
- Hunter, R. C. (1993). Forgiveness, retaliation, and paranoid actions. *Journal of Family Therapy, 23*, 167-173.
- Hill, E. (2001). Understanding forgiveness as discovery: Implications for marital and family therapy. *Contemporary Family Therapy, 23*(4).
- Kaufman, M. E. (1995). The courage to forgive. *Journal of Psychology and Christianity, 21*, 177-187.
- Rice, L. P. (1996). *Intimate relationship marriage and family*. California: Cole.
- Sells, J., & Hargrave, J. (1998). Forgiveness: Review of the theoretical and empirical literature. *Journal of Family Therapy, 20*, 21-36.
- Skinner, W. (1998). The healing paradox of forgiveness. *Journal of Family Therapy, 20*, 3-19.
- Worthington, E. L. (2000). The psychology of unforgiveness and forgiveness and implications clinical practice. *Journal of Social and Clinical Psychology, 18*, 358-418.
- Young, E. M., & Long, L. (1998). *Counseling and Therapy for Couples*. New York: Intonation Thomson publishing company.